ŞAH

DESPRE CENTRU (V)

Se înţelege în jocul de şah prin „centru", cele patru câmpuri centrale şi anume: d4, e4, d5, e5.

Întrucât luarea de contrast a celor două armate au loc în aproape toate cazurile pe aceste câmpuri, e natural ca fiecare din cei doi parteneri să încerce a pune stăpânire cât mai multă şi sigură pe aceste câmpuri, să facă ceeace numim noi, ocuparea centrului.

Cum se ocupă centrul? El se ocupă cel mai bine şi repede cu pionii centrali (d şi e), înaintându-i de două ori. Pionul în centru ocupă un loc strategic, care se găseşte la graniţa dintre cele două forţe armate, graniţă ce se află între rândul 4 şi 5. Acest punct strategic (d4, e4, e5, d5) fiind atacat de un pion advers trebue apărat printr'un pion. Niciodată însă acest punct central nu trebue cedat fără luptă.

Pentru a întări deci centrul de pioni, dacă avem de ales între două bătăi, alegem bătaia cu pionul spre centru şi nu pe cel dela centru.

Orice deschidere în rate a adversarului nostru, cedând fără greutate centrul, este favorabilă nouă.

Dacă adversarul nostru e silit la abandonarea centrului, atunci rezultă dela sine, diferite atacuri, dacă adversarul reuşeşte menţinerea centrului, atacurile sunt extrem de greu de întreprins.

DESPRE INIŢIATIVA ŞI GAMBIT

Albul trebue să tindă la obţinerea şi la menţinerea atacului sau cel puţin a iniţiativei. Negrul, din contră trebue să caute orice prilej la contra ofensivă. Atacul ca atare este un avantaj, căci el dictează adversarului felul de a acţiona. Acest atac trebue să se desvolte însă dintr'o poziţie proprie mai bună, sau în contra unei slăbiciuni adverse. Poziţia mai bună se obţine însă prin joc mai bun!

Întotdeauna să căutăm a obţine iniţiativa chiar dacă o facem pe contul unui pion (gambit). Mai mult contează o poziţie mai bună, decât avantajul material. Niciodată n'avem voie să urmărim un câştig de pion, neglijând poziţia noastră.

Deci în rezumat urmărim următoarele în deschidere:

a) Desvoltarea bună a pieselor (dându-le o rază mare de acţiune).

b) Ocuparea centrului (prin pionii d4 şi e4 sau prin dominarea acestor câmpuri prin ofiţeri).

c) Obţinerea iniţiativei (obţinerea poziţiei mai bune sau stimularea unei slăbiciuni în tagărul advers).

Dr. O. TROIANESCU

Campionatul popular în judeţele Turda, Constanţa şi Satu Mare

Continuăm să publicăm rezultatele primite din ţară, la campionatul popular de şah — prima etapă.

JUDEŢEANA TURDA: Şcoala Chimie de bază: Băeţi: Deutsch Iosif. Fete: Horineanu Viorica, Şcoala element. ciclul II Lupşa: Băeţi: Dup Ion. Fete: Răbulea Paraschiva, Funcţionari Publici: Selegea Petre, Fabrica de sticlă: Crişan Wilhelm.

JUDEŢEANA CONSTANŢA: S. N. C.: Şantierul vechi, Neserior Niculae. Cazangerie: Zoltan Ştefan. Electrică: Boglovan. Întreţinere: Anastasiu Dumitru. Tâmplărie: Stive Ion. Administrativ: Ifrim Constantin. Atelierul proecţie: Ipote Ifrim. Mecanică: Davidescu D. Asigurări Sociale: Mişcunschi Atanase. Spital: Neaţă Traian. Sanatoriul Agigea: Pop Hazan. Vasile Roaită: Tacu Gheorghe. Mangalia: Drăghici Niculae, Facultatea de piscicultură: Sasu Mircea, Rădulescu Barbu, Cadâr Gh., Stoiciu Ion, Matei Dumitru, Căpriţă Octav.

Şcoala tehnică profesională fete: Ştefan Virginia, Herşcovici, Manea Luxandra, Budau Rodica, Turcu Natalia, Macovei Elena, Tănase Aurora, Buicea N. Sametrea I., Şcoala tehnică adm. fete: Niţă Liliana.

JUDEŢEANA SATU MARE: IPEIL Hordzan Ion. Fabrica de butoaie: Udvary Ştefan. Pzina Bicsad: Rednic Alexandru, Uzina Ghilvaci: Ponner Andrei. Uzina Somesană: Nagy Adalbert. Uzina Lomas: Csapo Alexandru. Sindicatul CFR: Graban Iosif. Consiliul judeţean sindical: Kardoş Alexandru. CFR Depou: Ilea Gheorghe. Sind. Alimentar Dulcia: Nagy Alexandru. Comcar: Marcovici Wilhelm, 9 Mai: Horwath Ioan. 8 Mai: Szabo Ludovic. Moara Someşului: Kohn Deziderju. Fabrica de Unt: Hajnal Ştefan. Spirt Comerţ: Weinberger Adalbert. Sind. Alim.: Lazăr Emeric. Moara Făcăia: Horvath Reszа. Liceul mgahiar de băeţi: Starmuller Geza.

ŞTIRI

● PARTICIPANŢII turneului de calificare „coeficientul 2" şi anume Buga M., Chiose V., Pavelescu M., Rusenescu E., Silberman I., Voiculescu P. şi Wasserman E., sunt invitaţi să termine, fără amânare, partidele nejucate până în prezent. Acei ce vor continua să amâne disputarea acestor partide, nu vor mai fi admişi de Federaţie să participe în concursuri oficiale, în speţă la Campionatele Capitalei şi ale R.P.R. (naţional).

● RUNDA VII-a a Campionatului Districtul Femenin (finală) se va disputa la Ciubul Farmaciştilor în ziua de 24 Martie, ora 18. După runda VI-a, în fruntea clasamentului se află Gâdici Lucia şi Iatan Ana cu 3½ (având câte 2 partide amânate), urmează Simu Veturia 3 (3), Raberman Lidia 3 (2), Grubea Maria 2½ (1), Alexandrescu Vasilica 2 (2), Pătruţescu Viorica 1½ (4), etc. Toate participanţele sunt invitate să joace de urgenţă partidele amânate.

● TOATE DISTRICTELE de şah din ţară sunt invitate să comunice Federaţiei în ce stadiu se află disputarea Campionatelor Districtuale feminine şi Campionatelor Districtuale inter-cercuri, care au fost programate prin circulările no. 3 şi 4.

● JUDEŢENELE O.S.P. C. Lung (Bucovina), Putna, Rădăuţi, R. Sărat, Someş, Tulcea şi Turda până în prezent n'au comunicat Federaţiei formarea districtului de şah şi sunt invitate să procedeze de urgenţă la formarea acestor districte.

● TOŢI RESPONSABILII cercurilor participante la campionatul districtual sunt convocaţi mâine Joi, la orele 16 la judeţeana OSP din str. Grigore Alexandrescu No. 86, pentru comunicări privind formarea grupelor pentru finala acestui campionat, precum şi programarea matchurilor restante, cunoscând că echipele care nu vor termina partidele până Joi 31 Martie a. c., vor pierde acest partide.

● TOATE SINDICATELE, precum şi celelalte organizaţii participante la campionatul popular de şah, trebue să termine faza II-a şi să aducă rezultatele până Joi 24 Martie la district, ştiind că cei ce nu le vor aduce nu vor mai participa la faza III-a. Faza II-a înseamnă campionii pe şcoală, sindicat, facultăţi, regiment.

FOOTBALL

LUPTA PENTRU PUNCTE LA IMPAS...

(Urmare din pag. I-a)

punct, iar între al treilea şi al 12-lea clasat nu sunt decât patru puncte distanţată. Ceea ce înseamnă că oricare din cele 10 echipe poate cădea în zona de retrogradare.

După cum, iarăşi se poate întâmpla ca primele două echipe să fie ajunse. ICO joacă Duminică la Arad, iar CFRT la Timişoara cu CFRB şi o înfrângere a lor nu este exclusă.

Cu toate acestea, jucătorii au păstrat Duminică o atitudine sportivă, fără tendinţe de degenerare provocată de dorinţa de a câştiga în orice caz.

CIUDAŢENII DE-ALE CLASAMENTULUI

Clasamentul apărut Luni a avut o greşeală: CFRC ocupă locul 7 înaintea CFRB-ului, deşi acesta l-a învins cu 12—2.

Este una din ciudăţeniile clasamentului, explicată de criteriile pe care se alcătueşte la noi clasamentul. Pentrucă sunt patru echipe la egalitate: ITA, CSUT, CFRB şi CFRC, regulamentul prevede că pentru determinarea locurilor acestor echipe în clasamentul general, se va alcătui un clasament în baza rezultatelor dintre aceste patru echipe. Iar ordinea din acest clasament special va fi ordinea echipelor în clasamentul general. Ori, în acest clasament special, CFRC este la locul trei, înaintea CFRB-ului, deci înainte şi în clasamentul general.

Este nejust, însă acestea sunt prevederile regulamentare. Se impune însă, o revizuire a normelor de stabilire a clasamentelor din moment ce se constată că pot determina nedreptăţit. Oricine îşi poate închipui situaţia de mai sus la sfârşitul campionatului când urmează să se facă retrogradările. Prin această anomalie a clasamentului, CFRB ar putea retrograda, iar CFRC — învinsul său la scor astronomic — ar rămâne în Divizie...

FOARTE PUŢINE SCHIMBARI

Un amănunt interesant: Duminică au fost terenuri desfundate, alunecoase, greu de jucat pe ele. Jucătorii au depus eforturi duble extenuante. Echipele au avut la dispoziţie libertatea schimbării de jucători, care — în această situaţie ar fi fost mai justificată ca oricând. Totuşi, din cele 14 echipe, 9 nu au făcut nici o modificare. Adică, au jucat 90 de minute aceeaşi jucători. Dintre celelalte cinci, Dinamo, Jiul şi CFRT au schimbat câte un jucător, iar ICO şi CFRC câte doi.

Este o dovadă a bunei pregătiri fizice a majorităţii echipelor.

ŞI ACUM, SELECŢIONABILII

In sfârşit, etapa de Duminică a scos în evidenţă forma unor jucători care se impun selecţionării, mai ales că este timpul ca astfel de pregătiri să înceapă.

Şi din informaţiunile primite din diversele centre divizionare, rezultă că următorii jucători s'au făcut remarcaţi:

Băcuţ, Farmati, Petschowski, Suhanek, (ITA); Franciscovici, Popescu, Păcuraru, Corbuş (CSUT) Bone C. Marinescu (Jiul); Szalocki (Rata); Ozon, Bartha, Niculescu (Dinamo), Voinescu, (Metalochimic); Marian, Filotti, Lungu, (CFRB); Ferenczi, (CFRC); Androvits, Mladin, Cernda, Tr. Ionescu (CSCA); Luca, Copil, Vigu, (CSUC); Flamaropol, Titi Popescu, Gică Andrei, Fătu (Petrolul); Ion Vasile, Bodo şi Zilahy (ICO).

(p. g.)

POPICE

In competiţia de popice disputată la Turnu Măgurele au participat opt echipe.

După disputele respective, clasamentul a luat forma următoare:

1. FESATORIA TELEORMAN 33 p.
2. Şcoala Conducători Cluburi T. Măgurele 25 p.
3. C. S. Unirea 20 p.
4. Sindicatul Mixt 20 p.
5. Sind. Mixt Victoria 19 p.
6. Sindicatul PTT 16 p.
7. Tribunalul T. Măgurele 16 p.
8. Sind. Ad., Financiară 15 p.

Să smulgem superstiţiile din viaţa sportivă

(Urmare din pag. I-a)

care este ştiinţa marxistă-leninistă: materialismul dialectic.

Cu ajutorul acestei ştiinţe, noi putem cunoaşte cauzele adevărate ale fenomenelor naturii şi interdependenţa lor, a întâmplărilor vieţii, nemai fiind nevoe să recurgem la superstiţii pentru explicarea acestor fenomene, ci putând prevedea şi explica aceste fenomene pe baza adevărurilor unei ştiinţe exacte.

Însuşindu-ne această învăţătură, vom reuşi să smulgem din noi însine orice rămăşiţă a trecutului, să fim la înălţimea vremilor de azi, care cer din partea noastră o conştiinţă limpede, hotărâtă, gata să acţioneze împotriva dusmanilor care ar căuta să ne întoarcă la robia economică şi spirituală a burgheziei.

Să smulgem superstiţiile din noi şi din viaţa sportivă!

TENNIS DE MASA

Echipele şi jucătorii admişi să participe la campionatele naţionale

COMUNICAT F.R.T.M.

Colectivul FRTM în şedinţa din 22-III-949, cercetând înscrierile propuse de către Districte pentru C. N. care se va disputa la Bucureşti în zilele de 1-3 Aprilie 1949 a admis participarea concurenţilor după normele de mai jos:

1) Selecţionarea concurenţilor s'a făcut ţinând seama de următoarele criterii:

a) Caracterul de concurs pentru vârfuri al C. N.

b) Încurajarea judeţelor cu o valoare mai puţin ridicată, de a participa cel puţin la una din probe, chiar dacă nu au elemente consacrate cu scopul de a viziona jocuri de calitate;

c) Posibilităţi restrânse de cazare;

2 Vor primi întreţinere gratuită (casă şi masă) începând din seara de 31. III. 1949 şi până în dimineaţa zilei de 4. IV. 1949 lotul de jucători al căror nume a fost publicat într'un comunicat anterior.

3. Sunt admişi de a participa la C. N. cu condiţia de a-şi CONFIRMA TELEGRAFIC până în seara zilei de 28. IV. 1949, echipele şi jucătorii ce se găsesc pe tabelele de mai jos precum şi câte un delegat al regiunilor Cluj, Arad şi Timişoara.

ECHIPE BAIETI

1. — SFP Timişoara: — (Chambre III. Weiss, Belgrader); 2. — Steagul Roşu Braşov: — (Pop V., Dr. Nagy, Van Saanen, Popescu); 3. — SFP Cluj:— (Paneth, Magyar, Reiter, Diamantstein); 4. — SMC Reşiţa: — (Davidescu V, Siclovan, Nagler); 5. — CFR Satu Mare: — (Lecker, Bodi, Surger, Ligeti Vasile); 6. — ICO Oradea: — (Beretzky, Szencovici, Biro); 7. — ITA Arad:— (Peschowsky, Grunwald, Popescu, Thomas); 8. — SFIPIA Buc.: — (Vladone, Garabedian, Negreanu, G. Pop); 9. — Dinamo, Buc.: — (Naumescu, Bădin, Cobzuc); 10. — Petrolul Buc.: — (Holtzman, Micodin, Pesch, Buzescu); 11. — Electrica Galaţi: — (Herscovici, Tripos, Chirică); 12. — Macabi Iaşi: — (Ulrich, Edelman, Schwartz); 13. — Muresul Tg. Mureş: — (Verzar, Erdely, Kohn); 14. — Avântul Rădăuţi: — (Haifreman, Singer, Grabstein); 15. — SFP Bacău: — (Schwartz, Barrash, Sandler); 16. — Avântul Tineresc Sibiu: — (Szedmicek, Bartfeld, Balkanyi).

ECHIPE FETE

1. — Steagul Roşu Braşov: — (Borota O. Constantinescu V.); 2. — Sind. Metalurgic Cluj: — (Kalmar, Janicsek); 3. — SFP Cluj: — (Kolozsvary, Clemens); 4. — Metalo Chimic Timişoara: — (Zeller, Biro); 5. — SMC Reşiţa: — (Beca, Kobilac, Masai, Mesareş); 6. — SFP Oradea: — (Kiss, Soos); 7. — ICO Oradea: — (Buday, Torok Renee); 8. — Electrica Sibiu: — (Keller, Preda); 9. — Danubiu Brăila: — (Popa Elena, Wender Felicia); 10. — CIMP Buc.: — (Slăvescu, Patulea); 11. — CSU Buc.: — (Mavrocordat, Manoliu, Baltazar); 12. — Godeanu Buc.: — (Vasilescu, Pugliesse, Slăvescu); 13. — SFIPIA Buc.: — (Eichner, Feldstein); 14. — EFA Buc.: — (Artinian, Mofsesian).

SIMPLU BAETI ADMIŞI DIRECT IN TURUL I

1. — Chambre III. — (SFP Timişoara); 2. — Pop Victor — (Steagul Roşu Braşov); 3. — Constantinescu Puiu — (Sovromtractor Braşov); 4. Dr. Nagy Iosif — (Steagul Roşu Braşov); 5. — Van Saanen — (Steagul Roşu Braşov); 6. — Paneth F. — (SFP Cluj); 7. — Magyar R. — (SFP Cluj); 8. — Reiter T. — (SFP Cluj); 9. — Diamantstein — (SFP Cluj); 10. — Giurgiu Oct. — (CSU Cluj); 11. — Herschkovits P. — (Electrica Galaţi); 12. — Bogza — (CFR Iaşi); 13. — Chambre II — (Electrica Timişoara); 14. — Hannig I — (Arte Grafice Timişoara); 15. — Hannig II — (Arte Grafice Timişoara); 16. — Davidescu V. — (SMC Reşiţa); 17. — Siclovan — SMC Reşiţa); 18. — Nagler — (SMC Reşiţa); 19. — Lecker — (CFR Satu Mare); 20. Bodi — (CFR Satu Mare); 21. — Surger — (CFR Satu Mare); 22. — Verzar — (Muresul Tg. Mureş); 23. — Bernstein — (CSU Tg. Mureş); 24. — Iakobovici — (Bernat Andor Tg. Mureş); 25. — Haiferman — (Avântul UTM Rădăuţi); 26. — Schwatz — (SFP Bacău); 27. — Beretzky — (ICO Oradea); 28. — Szenkovits — (ICO Oradea); 29. — Spitz G.— (SFP Oradea); 30. — Seltan — (CFR Brăila); 31. — Petschowsky — (ITA Arad); 32. — Grunwald — (ITA Arad); 33. Popescu — (ITA Arad); 34. — Dr. Ludu — (CFR Ploeşti); 35. — Vasilescu — (Concordia Ploeşti); 36. — Szednicsek — (Avântul Tinerese Sibiu); 37.— Dr. Knopecz — CFR Odorhei); 38. — Naumescu — (Dinamo Bucureşti); 39. — Vladone — (SFIPIA Buc.); 40. — Garabedian G. — (SFIPIA Buc.); 41. — Rozeanu A. — (Godeanu Buc.); — 42.— Bădin — (Dinamo Buc.); 43. — Negreanu — (SFIPIA Buc.); 44. — Urschitz— (Cicoare Bucureşti); 45. — Holtzman— (Petrolul Bucureşti); 46. — Pop Gabi — (SFIPIA Bucureşti); 47. — Comarnischi — (AMA Bucureşti) — 48. — Garabedian A. — (EFA Bucureşti).

Pentru restul de 16 locuri se va disputa un tur de calificare: (Numele celor 32 de jucători se vor publica în numărul de mâine).

JUNIORI: Turdeanu V. (Braşov), Szilagyi A. (Cluj), Schwab F. (Cluj), Minyo Y. (Cluj), Ionescu T. (Galaţi), Mayer (Timişoara), Luba (Timişoara), Braun (Timişoara), Roşca (Tim.), Dennel (SMC Reşiţa), Kolnic (Reşiţa), Vrăjitor (Reşiţa), Bărgăuanu Târgul Mureş), Calotă (Roşiori), Schwartz Izu (Bacău), Helfi (Oradea), Deutsch (Oradea), Neojitos (Brăila), Pozderic R. (Arad), Anuzulescu (Arad), Bruckner Ion (Cisnădie Sibiu) şi Burduloi (Ploeşti).

JUNIOARE: Ciuleanu E. (Constanţa), Petre I. (Constanţa), Zeller (Timişoara), Merkler (Timişoara), Olariu (Timişoara), Toeroek (Oradea), Soos E. (Oradea), Demian (Arad), Munteanu D. (Arad), Munteanu L. (Arad) şi Stănilă G. (Sibiu).

3) La simplu fete au fost acceptate toate înscrierile.

4) La probele de dublu se poate înscrie oricine dintre cei admişi la simplu, tragerea la sorţi făcându-se după începerea probelor de simplu.

REZULTATE DIN ŢARĂ

Iaşi

Campionatul districtual a luat sfârşit clasamentul definitiv prezentându-se astfel:

1. Macabi 4 puncte
2. CFR 2 puncte
3. C.S.U 0 puncte

● La individual a fost declarat campion al oraşului Bogza Neagoi care a învins în finală pe Ipicovici cu 3-2 (22-20; 19-21; 21-14; 19-21; 21-15)

● La dublu domni perechea Zeiss-Gane a terminat pe primul loc în finală dispunând de perechea Ipicovici-Segall cu 3—2 (21:17; 21:18; 19:21; 16:21; 21:18)

Turnu Măgurele

Concursul eliminatoriu a strâns la start un număr de 48 tineri, în finală rămânând Plocon Davila (muncitor) şi Ateneu Mircea (muncitor), victoria apropiindu-şi-o Plocon cu scorul de 2-0 (21-19; 21:18)

Cluj a învins Timişoara

În localitate s'a disputat matchul de tennis de masă Cluj—Timişoara, la fete, câş igat de clujeni cu 3—2.

Victoriile individuale au fost obţinute astfel: KOLOSVARI (C) 2 victorii, KOLMAR (C) 1 v.; ZELLER (T) 1 v. iar dublul a fost câştigat de timişorenele ZELLER şi AGNER.

ATLETISM

LA ARAD, POPULARIZAREA ATLETISMULUI POATE FI REZOLVATĂ DE CEI 27 ABSOLVENŢI AI ŞCOLII DE INDRUMĂTORI

Revenit în Capitală după o săptămână de călătorii, prof. *A. Lupan*, responsabilul tehnic FRA, ne-a adus un serios bagaj de informaţiuni atletice, din oraşele pe care le-a vizitat.

Începutul l-a făcut cu Aradul. Aci a asistat la examenul final al Şcoalei de îndrumători de atletism, organizată de Districtul Arad.

O primă impresie: cei douăzeci şi şapte de absolvenţi sunt în general bine pregătiţi, îndeosebi în domeniul teoriei şi mai puţin — pentrucă timpul puţin favorabil a împiedecat-o — în practică. Oricum însă dintr'un lot atât de mare, zece sunt foarte bine pregătiţi, iar trei-patru, cel puţin, pot fi oricând pe lista instructorilor de atletism.

Cu ajutorul tuturor, desigur că sarcina popularizării atletismului în această regiune va fi mult uşurată. Nu acelaşi lucru, se poate spune însă şi despre Alba, pentrucă deşi invitaţi de către arădeni, nimeni din Alba Iulia n'a participat la această şcoală. Din ce motive, nu ştim?!..

*

Activitatea atleţilor — e vorba îndeosebi de vârfuri — este meritorie.

Toma Heinrich e şi el absolvent al şcoli de îndrumători. Are suficientă condiţie fizică, mai ales că a jucat mereu şi volleybal.

A mai căpătat ceva forţă, pentru săritura în înălţime, deşi sub raport tehnic e încă deficitar.

Coca Deciş, finalistă a triatlonului popular, lucrează mai puţin serios decât se aşteaptă dela ea.

Iulia Muhari, lucrătoare activă la fabrica ITA, reţinută în bună parte de serviciu, a lucrat şi ea destul de puţin, dar atunci când s'a antrenat, a făcut-o cu toată seriozitatea.

D-na Ruck, şi ea finalistă, dar în CUT la 500 m, este un adevărat exemplar pentru tinerele atlete ale Aradului. Sportivă excelentă e mereu pe stadion la antrenamente, când vine chiar cu cei doi copii, pe care nu-i lasă o clipă neobservaţi...

Precum vedeţi câteva lucruri destul de interesante...

ŞTIRI

● *ASTAZI după amiază la orele 16, la Sediul Judeţenei OSP din str. Grig. Alexandrescu 86, d. S. Dumitrescu, instructor de atletism, va ţine o conferinţă: „De ce facem atletism".*

Intrarea liberă.

● *N'AU venit şi probabil nici nu vor mai veni în cantonament: Gh. Kiss, Cătin Mureşanu şi Edith Treybal!!... In schimb au fost introduşi în lot, Truică şi Mentzel, iară la antrenamente participă mereu şi Al. Ternovici.*

HANDBALL

ŞTIRI

● *Duminică în Capitală formaţiile paticipante la Campionatul Naţional „11 Iunie — Ploeşti şi CSU Bucureşti" vor susţine un match amical.*

NATAŢIE

Principii generale de nataţie

Prin innot înţelegem seria de mişcări prin care putem să ne menţinem să ne mişcăm şi să ne conducem prin apă, după voinţa şi prin propriile noastre mijloace.

Din punct de vedere tehnic, innotul trebue privit sub următoarele aspecte:

a) din punct de vedere psihologic: omul are frică de apă. Această teamă se poate explica fie ca o urmare a schimbării poziţiei de echilibru (din vertical în orizontal), fie din cauza instinctului de protecţie a feţei şi organelor respiratorii, fie din cauza senzaţiei neobişnuite a unei alte densităţi şi temperaturi înconjurătoare, cu toate reacţiile care le provoacă. (In fond, toate acestea se traduc prin frica de innec).

b) din punct de vedere fiziologic: neobişnuinţa cu condiţiile diferite de cele de pe sol (densitatea, rezistenţa şi temperatura apei) necesită o adaptare la aceste schimbări şi la reacţiile provocate de ele, cari, fără să fie noui, sunt diferite de obişnuit.

c) din punct de vedere fizic: innotul se bazează pe principii de mecanică hidrostatică.

*

Animalele innoată din instinct. Nu tot acelaş lucru se întâmpiă cu omul, care, dacă vrea să innoate, trebue întâi să înveţe.

Pentru a putea învăţa innotul, omul trebue să îndeplinească o primă condiţie de ordin psihologic: înfrângerea fricei de apă. Această frică este instinctivă. Nimeni nu-şi poate da seama dece îi este frică de apă, dece nu se poate încrede în elementul înconjurător.

Cum poate fi înfrântă această frică? „Foarte simplu" — am putea spune — „făcând cunoştinţă cu apa". Ne obişnuim astfel cu ea şi ne putem controla reacţiile psihice şi fiziologice.

Această perioadă de obişnuinţă şi de iniţiere este esenţială. Fără o încredere totală, restul nu valorează nimic. Or, numai această perioadă de obişnuinţă poate genera încrederea, controlul aparatului respirator şi senzaţia de plutire, elemente prin cipale de ordin psihologic în natăţie.

Mai ales că, *a innota însemnează în primul rând a pluti.*

Plutirea nu se poate face decât orizontal, şi-atunci omul, îşi caută cea mai bună poziţie orizontală. Aci intervin elementele fizice şi fiziologice.

Fără a-şi pierde echilibrul, omul poate căpăta — în apă — mobilitate, prin elan sau printr'o impulsie datorită unei detente a corpului şi a picioarelor. Prelungind această mişcare iniţială până când înaintarea în apă devine constantă, durabilă şi supusă voinţei, facem tocmai ceeace se chiamă a innota.

*

Pentru a innota ne servim de ajutorul membrelor superioare şi inferioare, devenite pentru acest lucru anterioare şi — respectiv — posterioare. Primele ne servesc la tracţiune, dirijare şi menţinere în apă, celelalte au rol de locomotori, ajutând înaintarea în apă.

Mişcările ce se efectuează trebue să fie coordonate într'o acţiune mecanică de echilibru şi de propulsiune simultană. Orice contracţiune musculară care nu este cerută de execuţia unei mişcări de innot, trebue evitată.

*

Innotătorul respiră de o manieră particulară, deosebită de respiraţia obişnuită. Practicanţii celorlalte sporturi în exercitarea sportului respectiv — respiră automat şi ritmul respiraţiei depinde de intensitatea efortului depus. Respiraţia innotătorului este în funcţie de poziţia nasului şi gurei, în raport cu nivelul apei şi este condusă numai de voinţa sa.

Este evident că nu putem respira cu capul în apă. Trebue, deci, să ne reglăm respiraţia, ritmul şi intensitatea ei, după posibilitatea practică de a o face, cu alte cuvinte a aspira în momentul în care mişcările ne aduc capul afară din apă.

A şti să respiri corect, iată marele secret al reuşitei în natăţie. *Şi a şti să respiri, însemnează în primul rând a şti că trebue să respiri numai prin gură.*

Dece oare? Pentrucă timpul de respiraţie al unui innotător este foarte scurt. El trebue să aspire o cantitate cât mai mare de aer, într'un minimum de timp, în momentul în care gura se află deasupra apei.

Deci: aspiraţie rapidă prin gură, expiraţie profundă prin nas şi gură.

*

Natăţia este sportul care ocazionează practicanţilor săi cele mai puţine accidente.

Natăţia nu cunoaşte nici supraantrenament veritabil, nici clacaje. Acest lucru, rar în practica sporturilor merită să fie subliniat.

*

Iată, dar, în rezumat, principiile generale ale innotului: obişnuinţa cu apa, plutirea, respiraţia comandată şi reglată de voinţa individului şi evitarea oricărei contracţii musculare suplimentare.

N. Blidaru

RUGBY

O FORMULĂ CARE EVITĂ ANOMALIILE IN CLASIFICAREA ECHIPELOR: CAMPIONAT PRIMĂVARA - TOAMNA

Aşa cum am anunţat la timp, în coloanele ziarului nostru, activitatea rugbystică oficială va fi reluată Duminică 27 Martie, cu prima etapă a campionatului 1949, la categoriile „onoare" şi „promoţie", urmând ca cel mai târziu peste două săptămâni — timp în care vor putea fi repuse în stare de practicabilitate şi terenurile I şi IV — să fie programate şi matchurile pentru „categoria II-a" şi „juniori".

Deocamdată, nu se va putea juca decât pe terenurile II şi III, singurele cari la ora actuală sunt practicabile.

*

Odată cu noul campionat se aplică şi o nouă formulă de disputare. Astfel competiţia de bază a rugbyului, începută primăvara, va fi complect încheiată (tur — retur) în toamna aceluiaşi an.

Adoptând sistemul sovietic de disputare a campionatelor F. R. Rugby este primul nostru for sportiv care demonstrează din plin că a desprins avantagiile oferite de acest sistem.

Intr'adevăr, formula cea nouă înlătură total repercusiunile defavorabile prilejuite de sezonul mort (iarna) când activitatea de teren e complect sistată. Aşa se făcea că în primele etape ale returului, echipele neacomodate încă, înregistrau rezultate slabe în contradicţie cu poziţia lor în clasament şi implicit cu prevederile unanime ale cunoscătorilor.

Aceste rezultate erau aproape întotdeauna determinate, fie de starea deplorabilă a terenurilor de joc, fie de greutatea sau uşurinţa cu care echipele reuşeau să se regăsească.

Nu odată am avut ocazia să remarcăm anomalii în desfăşurarea campionatelor. Echipe de club cari datorită formei excepţionale se instalau în fruntea clasamentului cu justificate pretenţii la titlu de campion, „scoteau" în primele etape ale returului rezultate cu mult sub nivelul valorii reale, rezultate cari compromiteau complect şansele acestor echipe aspirante la supremaţie.

Iar nu numai atât. Văzându-şi speranţele spulberate aceste formaţii sufereau depresiuni morale şi ca o consecinţă logică luptau cu desinteres în restul competiţiei, până la epuizarea tuturor etapelor.

Deaceea clasamentele nu-şi puteau îndeplini cu succes adevăratul lor rol de clasificare valorică, ci mai curând prezentau o situaţie de fapt, falsificată de condiţiuni anormale.

*

Prin adoptarea nouei formule, comisia Campionatului Naţional din FRR, soluţionează perfect deficienţele vechiului sistem de desfăşurare a campionatului. De astă dată suntem convinşi că erarhia stabilită prin ordinea în clasament va reda valabil diferenţa de forţe dintre echipele participante, iar titlul de campion va reveni „celui mai bun".

*

Tot Duminecă 27 Martie odată cu prima etapă de campionat intră în vigoare şi regulile privitoare la utilizarea celor trei rezerve.

Dar, asupra primei etape vom reveni.

(E. V.)

ŞTIRI

● *PROGRAMUL Cupei RPR, va fi tras la sorţi Luni 28 Martie orele 19.*

MOTOCICLISM

Reorganizarea districtului Cluj

Păşind pe drumul sportului de masse, şi pentru a da posibilitate oamenilor muncii de a practica şi acest sport, comitetul judeţean O S P Cluj a hotărît desfiinţarea vechiului club „Moto-Sport Popular".

Scăderile constatate în munca vechiului district şi tendinţele nesănătoase ale unora din membrii săi a făcut ca şi acest comitet să fie reorganizat pe baze sănătoase, introducându-se în componenţa lui elemente muncitoreşti capabile.

Odată cu desfiinţarea clubului Moto-Sport Popular, întreaga mişcare a sportului cu motor va fi dirijată de districtul de specialitate, membrii ei fiind recrutaţi din rândurile organizaţiilor sindicaliste.

Pentru a da posibilitate elementelor sănătoase provenite din fostul MSP de a activa şi mai departe, Comitetul Judeţean OSP la propunerea noului district a aprobat ca în acest sezon, aceste elemente să poată activa în cadrul uneia din grupările sportive sindicalizate.

In sezonul care începe, districtul de motociclism îşi propune ca sarcină principală, difuzarea în massele largi ale muncitorimii a sportului cu motor. O altă sarcină importantă pe care vrea să o realizeze este ridicarea nivelului tehnic al motocicliştilor începători, prin curse special organizate pentru aceştia, desvoltarea gustului publicului pentru acest sport, prin concursuri cu participarea celor mai buni motocicliştii din ţară.

● *DELEGAŢII de grupări cari lipsesc nemotivat dela şedinţele CCN vor fi astfel sancţionaţi:*

După o lipsă nemotivată — mustrare.

Două lipsuri nemotivate — suspendare.

● *COMISIA Centrală a Arbitrilor, în urma alegerii, are următoarea compoziţie:*

G. Sfetescu, Bănică şi Munteanu.

● *GRUPARILE sunt, încunoştiinţate să depună din timp liste de jucători pentru a avea acces liber pe stadionul Tineretului la jocurile de campionat de Duminică 27 Martie, a. c.*

ŞTIRI

● *LA 3 APRILIE se va disputa prima probă a campionatului naţional de viteză, în coastă, la Daia (lângă Giurgiu).*

● *RECORDUL coastei dela Daia a fost stabilit anul trecut de către Niculae Niculici pe un Jap de 500 cmc. cu timpul de 0'58"43.*

● *DAT fiind că Daia este prima cursă din campionatul naţional de anul acesta, se prevede o participare masivă.*

PREMIUL NAŢIONAL PENTRU SPORT 1948

(Urmare din pag. I-a)

Tennis de masă

13-14. — SARRY KOLOSVARY şi ANGELICA ROZEANU — jucătoare internaţionale.

Lupte

15. — TOJER IOSIF — campion naţional, a reprezentat R. P. R. în diferite competiţiuni internaţionale.

Gimnastică

16. — BOTEZ MIHAI — campion naţional, a reprezentat R. P. R. la Rusciuk (Bulgaria).

17. — COROBEANU BERTA — clasată prima la Rusciuk, în întâlnirea R. P. R. — Bulgaria.

18. — KEREKES MELINDA — campioană naţională, a doua clasată în matchul R. P. R. — Bulgaria.

Box

19. — SECOŞAN VASILE — campion naţional, a reprezentat cu succes R. P. R. în Franţa, la campionatele F. S. G. T.

20. — BOAMFA IULIU — campion naţional, a reprezentat cu succes R. P. R. în Franţa, la campionatele F. S. G. T.

Tennis

EVA STANCESCU: Campioană naţională. Pentru comportarea ei în competiţiunile internaţionale de tennis.

Tir

SORIN CANTILI: Deţinător a 4 rec. naţionale la armă liberă.

RODICA DABIJA: Cea mai complectă trăgătoare la armă liberă şi deţinătoare de recorduri naţionale la armă serie (370 din 400 posibile).

DINU VIDRAŞCU: Campion naţional la armă liberă culcat (396 din 400 posibile).

ELENA CERCHEZ: Campioană naţională şi trăgătoare de bază a echipei naţionale.

Motociclism şi automobilism

ŞTEFAN NICULAE: Campion al RPR (viteză şi coastă). Câştigător a 12 curse pe anul 1948.

TRAIAN MATEI: Campion al RPR (viteză şi coastă). Invingător în 15 curse în anul 1948.

NICULAE NICULICI: Campion al RPR (viteză şi coastă). Câştigător a 9 curse în anul 1948.

CALCIANU JEAN: Câştigător a 6 concursuri automobilistice în anul 1948.

Basket-ball

FOLBERT ANDREI, DEAK IULIU, şi DĂNILĂ ALEXANDRU: din echipa naţională, pentru comportarea lor în competiţiunile internaţionale.

KISS ROZALIA: pentru buna comportare în echipa naţională.

ROSTAŞ ILEANA: Evidenţiată în muncă. Pentru bună comportare în echipa naţională feminină.

Volley-ball

MARIA-COCA RAIANU, TINELA ZOTTA, DRAGOMIRESCU NICKY şi MEDIANU DUMITRU: Pentru buna comportare în echipa naţională.

Sky

RADU SCARNECI: Pentru cei mai bine clasat din echipa română la J. O.

BARA MIHAI: Campion naţional, pentru comportarea lui în competiţiunile internaţionale.

Box

ZAMFIRESCU GH.: Câştigătorul cupei Municipiului Bucureşti.

LAZAR BORDUZ: Pentru rezultatele obţinute în matchuri internaţionale.

EUSTAŢIU MARGARIT: Campion naţional.

PETRE ZAHARIA şi AMBRUŞ FRANCIS: Campioni naţionali. Pentru rezultatele obţinute în Franţa.

Canotaj

MANOLE FAINAŞ: Campion naţional de caiace, simplu juniori, fond şi viteză.

CANEA EMERIC, SCHONBERGER IOSEF şi THIERI TIBERIU: Muncitori. Campioni RPR la 2+1 Skif.

KOPPING IOSEF, ZELINSKI